

Тематическая памятка для педагогов

ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ССАДИНАХ И УШИБАХ



Ни один ребенок в процессе своего развития не минует травм. Они подстерегают нас везде – дома, на улице, в детском саду, в транспорте, во время занятий спортом. Но травма травме рознь. Наибольшее количество из них, к счастью, является легкими. Сюда относятся ушибы, ссадины, гематомы, неглубокие ранки, растяжения связок – то есть все те повреждения, которые не наносят существенного ущерба здоровью и быстро заживают. Эти повреждения чаще всего происходят при падении ребенка с небольшой высоты (высота собственного роста, стул) и ударе о твердую поверхность (пол, земля). **Наиболее частой причиной порезов, ссадин и царапин является невнимательное обращение с режущими или колющими предметами в быту и во время игры.** Кроме того, порезы могут возникать в результате травмы, проявлений агрессии со стороны людей или животных. Царапины могут быть следствием неаккуратного обращения с домашними животными, возникать в результате расчесов. Иногда раны получают в результате падений на битое стекло или расщепленное дерево. Чем меньше ребенок, тем хуже у него координация движений, голова имеет большой размер относительно пропорций тела. Вот она-то и страдает чаще всего при падении. Чем старше ребенок, тем чаще страдают его конечности (руки, ноги) при получении аналогичной травмы.

Методы первой помощи включают в себя следующие этапы:

- * промывание раны;
- * остановка кровотечения;
- * наложение стерильной повязки;
- * применение антисептика – вещества, устраняющего микроорганизмы, попавшие в рану.

Промывание раны. Самое лучшее лечение для небольших порезов и царапин – промывание чистой водой с мылом при помощи ватного или марлевого тампона, кусочка чистой ткани. Тщательное промывание — ключ к предотвращению инфекции.

Хорошо смойте мыло водой. Промывание следует повторять раз в день до тех пор, пока порез полностью не затянется.

Сильно загрязненная рана хорошо промывается перекисью водорода, для этого лучше полить рану перекисью водорода, а не использовать для этого бинт или салфетки.

Внимание! Раствор перекиси водорода не следует вводить в глубокие раны — возможна эмболия пузырьками воздуха – попадание пузырьков воздуха в кровеносное русло.

Остановка кровотечения. Скорейший способ остановить кровь — приложить непосредственное давление. Следует плотно прижать к ране повязку и как следует надавить на нее рукой, а если нужно— держать ее в течение 15 минут. Чтобы уменьшить кровотечение, целесообразно приподнять поврежденную часть тела.

Если через 15 минут кровотечение не прекратилось, необходимо обратиться к врачу! Если кровь просочилась через первую повязку, необходимо наложить вторую. Добавлять новые повязки надо поверх старых, потому что если убрать повязку, можно повредить уже образовавшийся сгусток свернувшейся крови.

Применение антисептика. Для профилактики инфицирования применяются антисептические препараты. Многие из них, кроме антисептического действия, обладают противовоспалительным эффектом, а также способствуют процессам заживления. Наиболее часто используется раствор йода и раствор бриллиантовой зелени. Растворы, содержащие этиловый спирт, при попадании вглубь раны могут вызывать некроз тканей, препятствуя дальнейшему заживлению. Спиртовыми растворами обрабатывают кожу вокруг раны, края раны, а также поверхностные микротравмы.

Внимание! Нельзя засыпать рану, ожоговую поверхность никакими медикаментами (их удаление приведет к еще большей травматизации повреждения).

Наложение стерильной повязки. После высушивания пореза чистым ватным или марлевым тампоном следует наложить сухую стерильную повязку, чтобы до полного заживления порез оставался чистым. Перед наложением повязки необходимо убедиться, что края пореза чистые, ровные и легко сходятся, после чего края пореза свести вместе, наложить повязку или заклеить порез пластырем, можно бактерицидным. При глубоких ранах при наложении повязки или пластыря не следует слишком плотно сводить края, так как это может создать условия для развития инфекции.

БУДЬТЕ ЗДОРОВЫ!

**Н.И. Любченко, инструктор по физической культуре,
МБДОУ детский сад №1 "Родничок", Новосибирская область, г. Карасук**